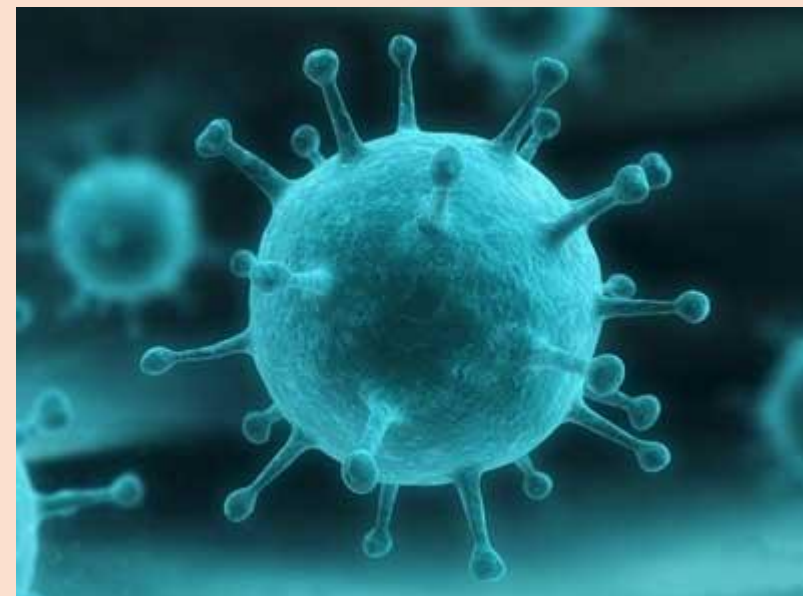




ГРИПП И ЕГО ПРОФИЛАКТИКА

ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В РЕСПУБЛИКЕ ТАТАРСТАН (ТАТАРСТАН)»

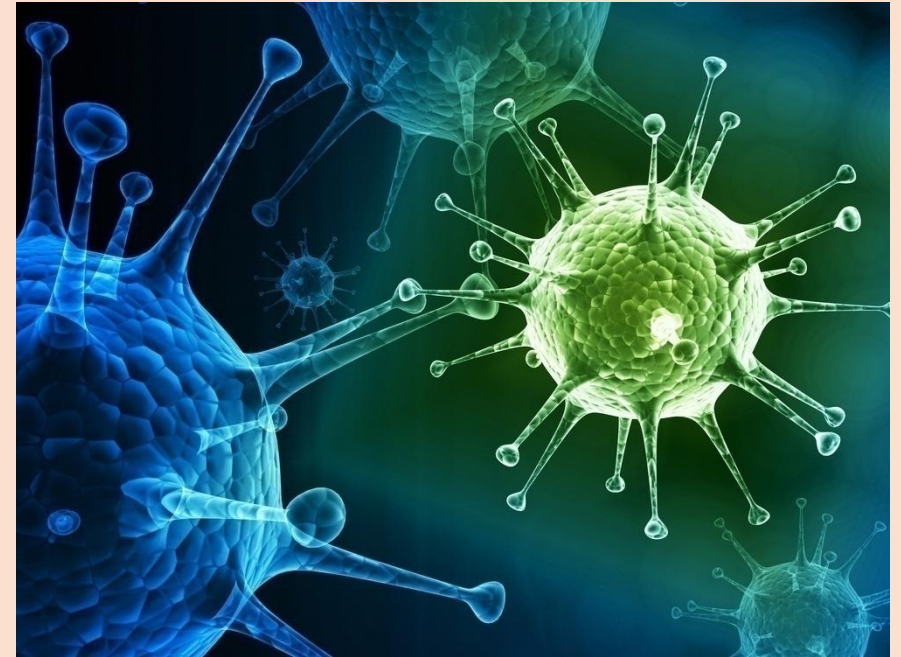
ГРИПП – острое респираторное заболевание вирусной этиологии, протекающее с явлениями общей интоксикации и поражением дыхательных путей.



Актуальность проблемы:

- ▶ Грипп распространен во всем мире, и им может заболеть любой человек из любой возрастной группы.
- ▶ Грипп распространен в глобальных масштабах.
- ▶ Вирус гриппа может приводить к госпитализации и смерти, главным образом среди групп высокого риска (детей самого раннего возраста, беременных женщин, пожилых или хронически больных людей).

Вирус гриппа в воздухе **сохраняет жизнеспособность и инфекционные свойства** в течение нескольких часов, на поверхностях - до 4 суток. Вирус высоко чувствителен к дезинфицирующим средствам из разных химических групп, УФ-излучению, повышенным температурам.



Источник инфекции – больной человек.



Как передаётся вирус гриппа?

Воздушно-капельный. Вирусы гриппа очень легко передаются через воздух от больного человека при разговоре, чихании или кашле.

Заразится можно прикоснувшись к предметам, на которых находятся мельчайшие частицы вируса, а затем к собственному рту или носу.

Известно, что вирусы гриппа способны выживать с возможностью инфицирования человека на таких поверхностях, как столы, телефоны, дверные ручки в течение 2-8 часов с момента попадания на поверхность.



Группы риска:

- дети с шестимесячного возраста,
- учащиеся 1 - 11 классов;
- студенты профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования;
- работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы;
- лица старше 60 лет,
- беременные женщины,
- лица, подлежащие призыву на военную службу,
- лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением).

Клиническая картина

Грипп начинается остро с резкого подъема температуры (до 38°C - 40°C) с сухим кашлем или першением в горле, и сопровождается симптомами общей интоксикации: ознобом, болями в мышцах, головной болью, болью в глазных яблоках; насморк обычно начинается спустя 3 дня после снижения температуры тела. Кашель может сопровождаться болью за грудиной.



Осложнения

легочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа;

осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР органов (отит, синусит, ринит, трахеит);

осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит);

осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).



Профилактика гриппа

Руководителю на заметку!

По данным ВОЗ, в среднем срок отсутствия на рабочем месте по причине заболевания гриппом составляет 5-10 дней, а в случае осложнения до одного месяца. Сотрудник, заболевший гриппом и продолжающий ходить на работу, является источником заражения для окружающих его коллег. Время реакции во время болезни снижается на 55%. В среднем грипп отнимает до 50 рабочих дней на каждые 10 сотрудников.

В период эпидемии заболевает до трети сотрудников, что для компании означает упущенную прибыль как результат падения производительности, дезорганизацию и снижение эффективности труда, дополнительную оплату труда по замещению заболевших сотрудников или снижение эффективности труда вследствие дополнительной нагрузки на здоровый персонал.

Важен личный пример руководителя!

Вакцинация заместителя
руководителя Управления
Роспотребнадзора по РТ



ПОМНИТЕ! ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА ВАМ ПОМОЖЕТ ПРИВИВКА!

Вакцинацию необходимо сделать заблаговременно!

Вакцинация 70-80% членов любого коллектива сводит заболеваемость гриппом в этом коллективе к единичным случаям или исключает её.

Вакцинация снижает частоту заболеваемости гриппом в среднем в 2 раза, у привитых пациентов заболевание протекает легче, без серьезных осложнений.

Для предупреждения массового возникновения и распространения заболеваний гриппом и ОРВИ в своих коллективах и снижения риска распространения вируса гриппа среди населения
Управление Роспотребнадзора по Республике Татарстан

настоятельно рекомендует работодателям принять социально ответственное решение о выделении средств на приобретение вакцины для своих сотрудников!

В настоящее время вакцинация от гриппа внесена в Национальный календарь профилактических прививок.



Постановление Правительства РФ от 15 июля 1999 г. N 825

"Об утверждении перечня работ, выполнение которых связано с высоким риском заболевания инфекционными болезнями и требует обязательного проведения профилактических прививок"

1. Сельскохозяйственные, гидромелиоративные, строительные и другие работы по выемке и перемещению грунта, заготовительные, промысловые, геологические, изыскательские, экспедиционные, дератизационные и дезинсекционные работы на территориях, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.

2. Работы по лесозаготовке, расчистке и благоустройству леса, зон оздоровления и отдыха населения на территориях, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.

3. Работы в организациях по заготовке, хранению, обработке сырья и продуктов животноводства, полученных из хозяйств, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.

4. Работы по заготовке, хранению и переработке сельскохозяйственной продукции на территориях, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.

5. Работы по убою скота, больного инфекциями, общими для человека и животных, заготовке и переработке полученных от него мяса и мясопродуктов.

6. Работы, связанные с уходом за животными и обслуживанием животноводческих объектов в животноводческих хозяйствах, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.

7. Работы по отлову и содержанию безнадзорных животных.

8. Работы по обслуживанию канализационных сооружений, оборудования и сетей.

9. Работы с больными инфекционными заболеваниями.

10. Работы с живыми культурами возбудителей инфекционных заболеваний.

11. Работы с кровью и биологическими жидкостями человека.

12. Работы в организациях, осуществляющих образовательную деятельность.

Неспецифическая профилактика

ПРАВИЛО 1. МОЙТЕ

- ✓ Часто мойте руки с мылом, лицо, носовые ходы, смывая с них слизь и грязь по возвращении домой.
- ✓ По возможности откажитесь от рукопожатий на период активности вирусов.
- ✓ Не касайтесь руками своего лица.
- ✓ Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа. Мытье с мылом удаляет и уничтожает микробы. Если нет возможности помыть руки с мылом пользуйтесь спирт содержащими или дезинфицирующими салфетками.
- ✓ Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства. Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (телефонов, айпадов, айфонов, пультов, столов, дверных ручек, стульев и др.) удаляет и уничтожает вирус.



ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

- ✓ Вирус легко передается от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому избегайте близкого контакта с больными людьми. Соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больных.
- ✓ Избегайте поездок и многолюдных мест, массовых мероприятий.
- ✓ Прикрывайте рот и нос платком при кашле или чихании.
- ✓ Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Не сплевывайте в общественных местах.
- ✓ Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания. Маска вирус не задержит, но остановит капельки слюны, особо богатые вирусом. После использования маску, одноразовые салфетки нужно выбрасывать.



ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность. Гуляйте на свежем воздухе.



ПРАВИЛО 4. СОБЛЮДАЙТЕ РЕЖИМ ПРОВЕТРИВАНИЯ И ВЛАЖНОЙ УБОРКИ

Обязательно частое и интенсивное сквозное проветривание помещений.
Мойте пол.



ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ?

- ✓ Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.
- ✓ Выделите отдельную посуду.
- ✓ Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.
- ✓ Часто проветривайте помещение. В холодное время года рекомендуется проветривать 3–4 раза в день по 15–20 мин. При этом необходимо следить за температурой воздуха в помещении, где находится больной. Она не должна опускаться ниже 20°C.
- ✓ Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.
- ✓ Часто мойте руки с мылом.
- ✓ Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).
- ✓ Ухаживать за больным должен только один член семьи.




Больной должен: остаться дома и вызвать врача, следовать предписаниям врача, соблюдать постельный режим и пить как можно больше жидкости, прикрывать рот и нос платком, когда чихает или кашляет!

Что делать в дошкольном учреждении?

В соответствии с СП 3.1.2.3117-13 в очагах гриппа и ОРВИ медицинский персонал ежедневно в течение 7 дней после изоляции последнего больного гриппом и ОРВИ проводит осмотры детей, общавшихся с больным гриппом и ОРВИ, с обязательной термометрией 2 раза в день и осмотром зева. С целью предупреждения распространения заболевания гриппом новых детей в коллектив не принимают и в другие коллективы их не переводят.

Сотрудники с признаками заболевания гриппом и ОРВИ к работе с детьми не допускаются.



БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ И
ЗДОРОВЬЕ СВОИХ БЛИЗКИХ!

БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!